ಶಿಶುವಿಹಾರ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಕೈಪಿಡಿ



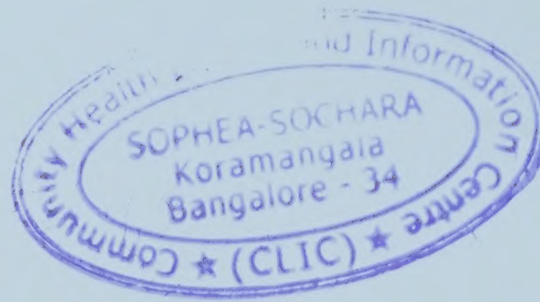
ಮಾಲವಿಕಾ ಕಪೂರ್
ಮತ್ತು
ಉಮಾ ಎಚ್.

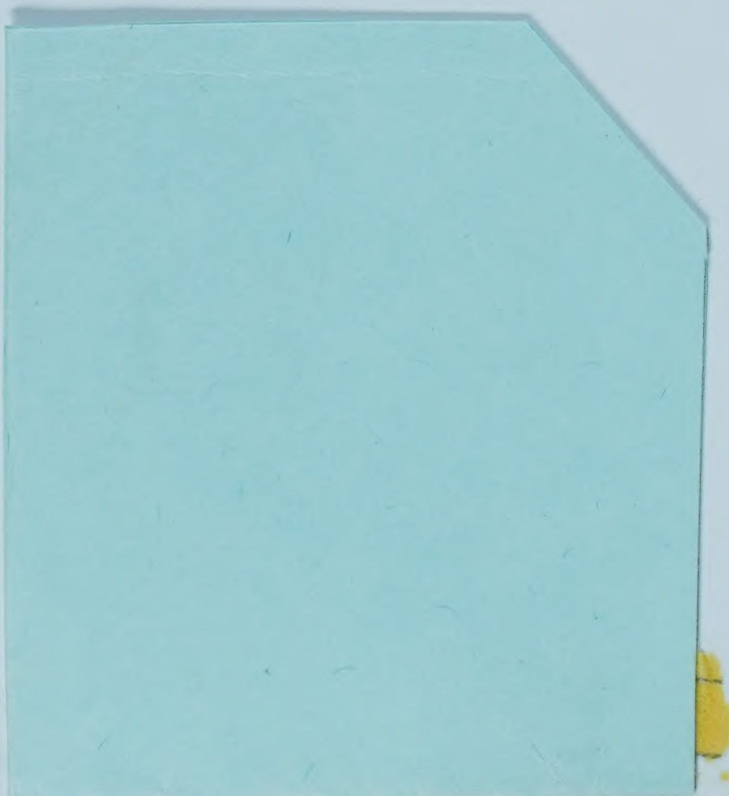


ಗ್ರಾಮೀಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಂಡಳಿ
ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಚಿವಾಲಯ, ನವದೆಹಲಿ
ಮತ್ತು



ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನರವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತಾ ಸಂಸ್ಥೆ, ಬೆಂಗಳೂರು


Community Health ... nd Information Centre
SOPHEA-SOCHARA
Koramangala
Bangalore - 34
(CLIC)



ಶಿಶುವಿಹಾರ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಕೈಪಿಡಿ

ಮಾಲವಿಕಾ ಕಪೂರ್
ಮತ್ತು
ಉಮಾ ಎಚ್.



ಗ್ರಾಮೀಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಂಡಳಿ
ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಚಿವಾಲಯ, ನವದೆಹಲಿ

ಮತ್ತು



ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನರವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತಾ ಸಂಸ್ಥೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಶಿಶುವಿಹಾರ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಕೈಪಿಡಿ
ಲೇಖಕರು: ಮಾಲವಿಕಾ ಕಪೂರ್ ಮತ್ತು ಉಮಾ ಎಚ್.

Published by National Council of Rural Institutes (HRD Ministry), New Delhi and National Institute of Mental Health & Neuro Sciences (Institute of National Importance), Bengaluru - 29.

ISBN: 81-86417-00-X

Illustrations: Dr. Keshav Kumar

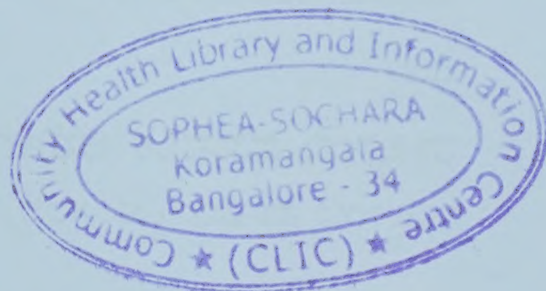
NIMHANS Publication No. 58

First Published: 2006
Second Edition: 2018

Price: Rs. 30/-

Typeset & Printed by

Aditi Enterprises
Bengaluru - 560 023
Ph.: 080-2310 7302
E-mail: aditiprints@gmail.com



ಶಿಶುವಿಹಾರ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಕೈಪಿಡಿ

ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳು (ಐದು ವರ್ಷ ಹತ್ತು ತಿಂಗಳ ಕೆಳಗಿನ) ಶಿಶುವಿಹಾರಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿರುವ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ನೂರಾರು ಹೊಣೆ, ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರ, ಮಕ್ಕಳ ಹಾಗೂ ತಾಯಂದಿರ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಜನಗಣನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಂಗನವಾಡಿ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸುಲಭದ ಕೆಲಸಗಳೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಆರು ವರ್ಷದ ಕೆಳಗಿನ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳೂ ಪ್ರತಿ ದಿನವೂ ಅಂಗನವಾಡಿಗೆ ತಪ್ಪದೆ ಹಾಜರಾಗುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಡಿಗೆಯ ಸಾಮಗ್ರಿ, ಪಾತ್ರೆ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಸೌಕರ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಶಾಲೆಯ, ಮನೆಯ, ಪಂಚಾಯತಿ ಕೇಂದ್ರದ ಅಥವಾ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳ ವಠಾರದಲ್ಲೂ ನಡೆಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಲಕರಣೆ, ಸಾಮಗ್ರಿ, ಸಂಬಳ - ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಅನಾನುಕೂಲ ಇರುವಾಗ ಅಂಗನವಾಡಿಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಯಾಳು?

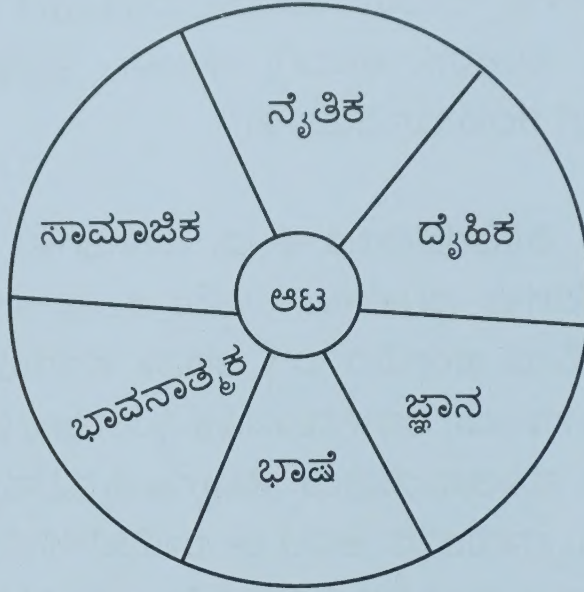
ಈ ಕೈಪಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಿಳಿದಿರಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು, ತಾಯಿ-ಮಕ್ಕಳ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಕಷ್ಟತೊಂದರೆಗಳು, ಸಲಹೆಗಳು - ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಅಗತ್ಯ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸರಳವಾಗಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಗರ್ಭಿಣಿ ಹೆಂಗಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಹೆರಿಗೆಯಾದ ಮೇಲೆ, ಹೆಂಗಸಿನ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾತ್ರ ನೋಡಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಲದು, ಅವಳ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ, ದುಃಖ (ಖಿನ್ನತೆ) ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆ ಬಂದು, ಹುಚ್ಚುಹುಚ್ಚಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದು. ಸಿಟ್ಟುಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದನ್ನು 'ಸನ್ನಿ' ಎಂದು ತಿಳಿದು ಪೂಜೆ ಮಾಡಿ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರ ಹತ್ತಿರ ಖಂಡಿತ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು. ಮೊದಲು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕೇಂದ್ರದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಫಿಟ್ಸ್ ಅಥವಾ ಮೂರ್ಛೆರೋಗ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಈ ರೋಗ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬಂದರೆ ಹಾಗೆಯೇ ಮೆದುಳು ದುರ್ಬಲವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿ 5 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಗರ್ಭಿಣಿ ಮತ್ತು ಬಾಣಂತಿಯರನ್ನು ಪ್ರೀತಿ ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ನೋಡಿ ಮಾತನಾಡಿಸಿ ಅವರ ಕಷ್ಟಸುಖಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ ಇದರಿಂದ ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಥೆ - ಅಸಮಾಧಾನಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಬಾಣಂತಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿಗೆ ಮಸಾಜ್ ಮತ್ತು ಎಣ್ಣೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆಯ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದು ಅದರ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು ಹಾಗೂ ತಾಯಿ ಮಗುವಿನ ವಾತ್ಸಲ್ಯಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ(ಅಭಿವೃದ್ಧಿ)

ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಮುಖ್ಯವೆಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ವಿಚಾರ. ಆದರೆ ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಏನು ಕೊಡಬೇಕು? ಮಕ್ಕಳ ಆಟಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಆಟ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಇದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾ: ಒಂದು ಮಗುವಿನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ

ಡಬ್ಬ ಕೊಟ್ಟು ಮಗುವು ಆ ಡಬ್ಬದೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ಆಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ನಾಲ್ಕು ಮಕ್ಕಳು ಸೇರಿದಾಗ ಯಾವ ರೀತಿ ಆಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ. ಮಗುವಿಗೆ ಯಾವ ದೊಡ್ಡ ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕ ವಸ್ತುವನ್ನು ಹಿಡಿದು, ಯೋಚಿಸಿ ಅವುಗಳದ್ದೇ ಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ ಆಟವಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಲ್ಪನೆಯಿಂದ ಬುದ್ಧಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಅಂಗನವಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಹಾಡಿ, ಕುಣಿದು ಆಟವಾಡಿದಾಗ ಭಾಷೆ, ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಎಲ್ಲವೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಇತರ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆಡುತ್ತಾ ಅವರು ಇತರರ ಜೊತೆ ಜಗಳವಾಡದೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಟವಾಡಲು ಬಿಡದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಕೈಕಟ್ಟಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಿರುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅವರ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕುಂಠಿತವಾಗುತ್ತದೆ.



ಶಿಶುವಿಹಾರ/ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯ ಹೊಣೆ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ಆಟವಾಡಲು ಬಿಡುವುದು, ಅವರಿಗೆ ಯಾವ ಹಾನಿಯಾಗದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಏನಾದರೂ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ, ಭೇಷ್! ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಎಂದು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಹೊಡೆದು, ಬಡಿದು ಬೈದರೆ, ಮಗುವೂ ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನೇ ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಮಕ್ಕಳು ಬೆರಳು ಚೀಪುವುದು, ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಕನವರಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಚಾರ. ಅದರಿಂದ ಯಾವ ಹಾನಿಯೂ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಮೃದು ಸ್ವಭಾವ ಹಾಗೂ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಹಠ ಸ್ವಭಾವದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಸಮನಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆ

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಬಹಳ ನಾಚಿಕೆ ಹಾಗೂ ಭಯದ ಸ್ವಭಾವದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಬಹಳ ಜಗಳಗಂಟರೂ, ಸಿಟ್ಟುಜಾಸ್ತಿ, ತಾವು ಹೇಳಿದ್ದೇ ನಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಹಠ ಹಿಡಿಯುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಹಠ ಸ್ವಭಾವದವರಿಗೆ, ಉಳಿದವರು ತಾವು ಹೇಳಿದಂತೆ ನಡೆದುಕೊಂಡಾಗ ಹಠ ಇನ್ನೂ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಬಾರಿ, 6 ರಿಂದ 12 ತಿಂಗಳು ಮಕ್ಕಳೂ ಕೂಡ ತನಗೆ ಏನಾದರೂ ಬೇಕಾದಲ್ಲಿ ಅತ್ತೂ ಅತ್ತೂ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ರಚ್ಚೆ

ಹಿಡಿದು ಉಸಿರು ಕಟ್ಟಿಹಿಡಿದು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಭಯಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಜೀವಕ್ಕೆ ಅಪಾಯ ಎಂದು ನಾವು ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ ವಿಷಯದ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಿ ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಉಸಿರು ಕಟ್ಟಿ ಹಿಡಿಯುವ, ಹಠ ಮಾಡುವ ಸ್ವಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ವಿಪರೀತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಅವರು ಓಡಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕುಳಿತಿರಲೂ ಅಸಾಧ್ಯ. ಮಕ್ಕಳು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವುದು ಸಹಜ. ಅದು ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವಿಪರೀತ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾದರೆ ಅದನ್ನು ತರಬೇತಿ ಕೊಟ್ಟು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಔಷಧಿ ಕೊಟ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿಡಿಸುವ ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಆಟದ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ಹತೋಟಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ. ಹೂ ಪೋಣಿಸುವುದು, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಣ್ಣದ, ಆಕಾರದ ಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು, ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರಾಶಿ ಮಾಡುವುದು - ಮುಂತಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಿಂದ ಜಾಸ್ತಿ ಸಮಯಕ್ಕೆ ತರುವುದು. ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉಚ್ಚೆ/ಮೂತ್ರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರಾತ್ರಿಯ ಊಟ ಬೇಗ ಕೊಡುವುದು. ಊಟದಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು ಖಾರ ಕಡಿಮೆಯಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ರಾತ್ರಿ 7 ಘಂಟೆಯ ನಂತರ ಕುಡಿಯಲು ಹಾಲು, ನೀರು ಕೊಡದೇ ಇರುವುದು. ಅದಲ್ಲದೆ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಉಚ್ಚೆ ಮಾಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿ ಎಬ್ಬಿಸಿ ಮತ್ತೆ ಉಚ್ಚೆ ಮಾಡಿಸುವುದು, ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಈ ತೊಂದರೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಿ ಹೀಯಾಳಿಸುವುದು, ಬೈಯ್ಯುವುದು, ಹೊಡೆಯುವುದು ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉಚ್ಚೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವಾಗ ಹೊಗಳುವುದೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉಚ್ಚೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟ ಮಗು ಮತ್ತೆ ಶುರು ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಭಯದ ತೊಂದರೆ ಇರಲೂಬಹುದು.

ಮಾತು ಕಲಿಯುವಿಕೆ

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಬೇಗ ಮಾತು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ನಿಧಾನ. ಇಂತಹ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ. ಆದರೆ 5 ವರ್ಷದ ಸುಮಾರಿಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾತು ಬರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಆ ವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರವೂ ಉಚ್ಚಾರ ಸರಿಯಿಲ್ಲದೇ ಇದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಉಗ್ಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮಾತಿನ ತಜ್ಞರ ಹತ್ತಿರ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ತೋರಿಸಬೇಕು. ಉಗ್ಗು ಇರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವರಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಜಾಸ್ತಿ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮೂರ್ಛೆ ಖಾಯಿಲೆ(ರೋಗ)

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜಾಸ್ತಿ ಜ್ವರ ಬಂದಾಗ ಅಥವಾ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬಿಸಿ ನೀರಿನ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿದಾಗ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಏನೂ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ಮೂರ್ಛೆ ರೋಗ ಬರುತ್ತದೆ. ಮೂರ್ಛೆ ರೋಗ ಎರಡು ಬಾರಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಲ ಬಂದಾಗ ಮೆದುಳಿನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂರ್ಛೆ ರೋಗಕ್ಕೆ ಔಷಧಿಗಳಿದ್ದು ಅವು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಮೂರ್ಛೆ ಬಂದಾಗ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣ ಕೊಡುವುದು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ

ಇಡುವುದರಿಂದ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿಯುವುದರಿಂದ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ಮಲಗಿಸಿ ಉಸಿರು ಕಟ್ಟದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಂಡರೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಮಗುವನ್ನು ನರರೋಗ ತಜ್ಞರ ಹತ್ತಿರ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ವೈದ್ಯರ ಹತ್ತಿರ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

ಅಂಗವಿಕಲತೆ, ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಇತರ ತೊಂದರೆಗಳು

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಮಿದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಅಂಗವಿಕಲತೆ, ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆ, ಕುರುಡು, ಕಿವುಡುತನ, ಮಾತು ಬರದಿರುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳು ಅನೇಕ ಇರಬಹುದು. ಉದಾ: ತಾಯಿಯು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಾಗ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ತಾಯಿಗೆ ಖಾಯಿಲೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿನ ಮೆದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೆಯೇ ಮಗುವನ್ನು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ತೆಗೆಯುವಾಗ ಮಿದುಳಿಗೆ ಏಟಾಗಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಬರಬಹುದಾದ ತೊಂದರೆಗಳೆಂದರೆ, ಕುರುಡು (ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಂದು ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು), ಕಿವುಡು (ಎರಡೂ ಕಿವಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಂದು ಕಿವಿ ಕೇಳದಿರುವುದು). ಮಾತು ಬರದಿರುವುದು, ಉಗ್ಗುವಿಕೆ - ಈ ಎಲ್ಲ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ತಾಯಿ-ತಂದೆಯರು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕೊಡಬೇಕಾದುದು ತರಬೇತಿ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಚೋದನೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ತಾಯಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಹೇಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಹಾಗೂ ಸ್ವತಃ ಪ್ರಚೋದನೆ ಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಮಗುವಿನ ಮೆದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಔಷಧಿ, ಇಂಜಕ್ಷನ್, ಪೂಜೆ, ಪುನಸ್ಕಾರ ಎಂದು ಹಣವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಬಾರದು. ಎಷ್ಟು ಬೇಗವಾದರೆ ಅಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ತರಬೇತಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಮೆದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಶೀಘ್ರ ಗತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗದೇ ಇದ್ದರೂ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಖಂಡಿತ ಗುಣ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸಹನೆ, ನಂಬಿಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ಅಂಗವಿಕಲತೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಗಳಿಗೂ ವ್ಯಾಯಾಮ ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೈ, ಕಾಲು, ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಲ್ಲಾಡಿಸುವುದು, ನೀವುವುದು ಹಾಗೂ ಇತರ ರೀತಿಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಪೋಲಿಯೋ ಅಥವಾ



ಇತರ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ತಜ್ಞರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ ಅವರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಬೇಕು ಹಾಗೂ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಉಚಿತ ಸಿಗುವ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (ಉದಾ: ವಿಶೇಷ ರೀತಿಯ ಕಾಲು, ಪಾದರಕ್ಷೆ ಇತ್ಯಾದಿ) ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿ ಅಂಗವಿಕಲತೆಯನ್ನು ಸರಿಮಾಡಿಸಬಹುದು. ಕೈಪಿಡಿಯ ಕಡೆಯ ಹಾಳೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡಕ ಕೊಡಬೇಕು. ಇನ್ನು ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಿವುಡುತನ ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಉಚಿತ ಶ್ರವಣ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಮಾತು ಬರುವುದು ನಿಧಾನವಾದಲ್ಲಿ ಕಿವಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೇಳಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಬೇಕು. ಮಾತಿನ ತಜ್ಞರಿಂದ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಬೇಕು. ನಾಲಿಗೆಗೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ಹಾಗೂ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳಿಕೊಡಬೇಕು. ಹೇಳಿಕೊಡುವವರ ತುಟಿಯ ಚಾಲನೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಕಲಿಯಲು ಉತ್ತೇಜನ ಕೊಡಬೇಕು. ಕನ್ನಡಿಯ ಮುಂದೆ ಕೂರಿಸಿ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಹೇಳಿಕೊಡಬೇಕು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಆಟ, ಚಿತ್ರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ವಸ್ತು ಹಾಗೂ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿನ ಗಿಡ, ಮರಗಳ, ಪಶು ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಅನೇಕ ಪದಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು.

ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆ ಇದ್ದು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಿಧಾನವಾದಲ್ಲಿ ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಟವಾಡಲು ಉತ್ತೇಜನ ಕೊಡಬೇಕು, ಓದಲು, ಬರೆಯಲು ಬಲವಂತ ಮಾಡಬಾರದು. ಇತರ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಹೋಲಿಸಿ ನಿಂದಿಸಬಾರದು. ಮಗು ಯಾವ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿದೆಯೋ ಅದರಲ್ಲಿ ಉತ್ತೇಜನ ಕೊಡಬೇಕು. ಉದಾ: ಬಣ್ಣಹಾಕುವುದರಲ್ಲಿ, ಪದ್ಯ ಹೇಳುವುದರಲ್ಲಿ, ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು. ಮಗುವು ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಆಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ (ಉದಾಹರಣೆ: ಮಲವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿ ನಂತರ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಬರದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಬಟ್ಟೆ ಹಾಕುವುದರಲ್ಲಿ, ಊಟ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ) ತರಬೇತಿ ಕೊಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರತಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅನೇಕ ಹಂತಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, ಸುಲಭವಾದ ಹಂತದಿಂದ ತರಬೇತಿ ಕೊಡಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ಹಂತ ದಾಟಿದ ಮೇಲೂ ಮಗುವನ್ನು ಜಾಣ ಎಂದು ಹೊಗಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಗುವಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ತಿಂಡಿಯನ್ನು ಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬಹುದು.

ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಅಥವಾ ಇನ್ನೂ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆ ಇರುವ ಮಗುವನ್ನು ಪ್ರೀತಿ ವಿಶ್ವಾಸಗಳಿಂದ ನೋಡಬೇಕು. ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ಹಾಗೂ ಅಂಗನವಾಡಿಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ಶ್ರಮಪಟ್ಟರೆ ಮಗುವು ದೊಡ್ಡವನಾದ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗಾದರೂ ಧೈರ್ಯ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

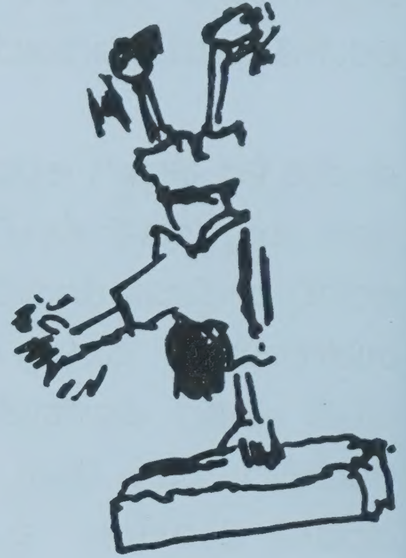
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಹಾಗೂ ತೊಂದರೆಗಳಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಾರ್ಡ್ ಹಾಗೂ ಪಿಂಚಣಿ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾರ್ಡ್ ಹೊಂದುವುದರಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಹಳ್ಳಿಯ / ಊರಿನ ತಹಶೀಲ್ದಾರ್ ಅವರ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಿಸಬೇಕು.

ಶಾಲಾಪೂರ್ವ ಮಕ್ಕಳ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಘಟ್ಟಗಳು

- ಮಗು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯನ್ನು ಅಥವಾ ಇತರರನ್ನು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದೆ. ಈ ಸಂಬಂಧವು ಅಭದ್ರತೆಯಿಂದಾಗಿದ್ದರೆ (ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ, ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಅಥವಾ ಆತಂಕ ಮೂಡಿಸುವಂತಿದ್ದರೆ) ಮಗುವು ಹೊಸಬರೊಡನೆ, ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಅಥವಾ ಶಿಶುವಿಹಾರ ನರ್ಸರಿ ಅಥವಾ ಅಂಗನವಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಈ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಗುವು ಅಂದರೆ ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅಣ್ಣ-ತಂಗಿಯರಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುತ್ತವೆ. ಮಗುವು ತುಂಬಾ ನಾಚಿಕೆ ಸ್ವಭಾವದ, ನಾಶ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ, ಆಕ್ರಮಣಕಾರೀ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯದಾಗಿದ್ದರೆ, ಇತರ ಮಕ್ಕಳು ಅದರೊಡನೆ ಆಟವಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮಗುವು ಸ್ನೇಹಭಾವದಿಂದ ಇತರ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಅವರನ್ನು ಸಮಾನರಂತೆ ಕಂಡು ಅವರೊಡನೆ ಆಟವಾಡುವಂತೆ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆದರಿಸದೆ, ತನ್ನ ಮಾತೇ ನಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವಂಚನೆ ಮಾಡದೆ ಆಟವಾಡುವಂತೆ ಉತ್ತೇಜನ ಕೊಡಬೇಕು.





- ಮಗುವಿನ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ತುಂಬಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮ. ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಬೇಕಲ್ಲದೆ ತೆಗಳಬಾರದು. ಇತರ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು ಅನ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ತಪ್ಪು. ಇದರಿಂದ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಸಿಟ್ಟು. ಅಸೂಯೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಏನು ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ.

- ಶಿಶುವಿಹಾರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಮೇಲೆ ಹೇರಲಾಗುವ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಹೊರೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮಕ್ಕಳು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅವರು ಆಟವಾಡುವುದು. ಕತೆ ಹೇಳುವುದು, ಕತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು, ಚಿತ್ರ ರಚನೆ, ಬಣ್ಣ ಹಾಕುವುದು, ಅವರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸುಲಭವಾದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

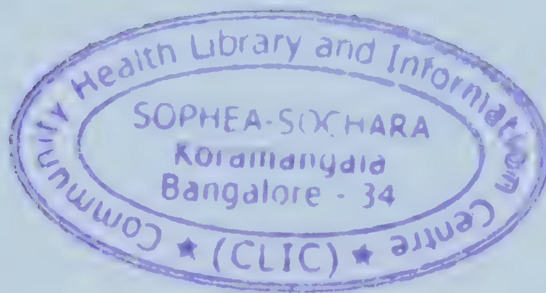
- ಅವರ ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಸಂಬಂಧಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರನ್ನೂ ಮಾತನಾಡಿಸಿ, ಅವರ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿ.

- ನಿಮಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ಮಗುವನ್ನು ದಂಡಿಸಬೇಡಿ. ಮಗುವಿಗೆ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳು ಏನೆಂದು ವಿವರಿಸಬೇಕು. ಮಗುವು ತಪ್ಪು ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದಲ್ಲಿ, ನೀವು ಮಗುವಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಗಮನ ಕೊಡಬೇಡಿ.

- ಭಾರತದ ಹಲವಾರು ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ರಾತ್ರಿ ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಟಿ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಹಲವಾರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು, ವ್ಯಂಗ್ಯಚಿತ್ರಗಳು (ಕಾರ್ಟೂನ್) ಶಿಶುವಿಹಾರದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದುದಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು, ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಲು ಸಮಯಾವಕಾಶ ಕೊಡಿ. ಟಿ.ವಿ.ಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ನೋಡದಂತೆ ಜಾಗ್ರತೆ ವಹಿಸಿ. ಟಿ.ವಿ.ಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ, ಹಿಂಸೆ, ಅತ್ಯಾಚಾರ, ಅಶ್ಲೀಲತೆ, ಶಿಶುವಿಹಾರದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ.







ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು

ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿದ ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲು ನೆರವಾದ ನಿಮ್ಹಾನ್ಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಹಿಂದಿನ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಡಾ. ಎಂ ಗೌರೀದೇವಿಯವರಿಗೂ, ಹಾಗೂ ಈಗಿನ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಡಾ. ಬಿ.ಎನ್. ಗಂಗಾಧರ ಅವರಿಗೂ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಈ ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನ ಅತ್ಯಂತ ಫಲಪ್ರದವಾಗುವಂತೆ ಶ್ರಮಿಸಿದ ಕು. ಗೀತಾ, ಕು. ಚಂದ್ರಕುಮಾರಿ, ಶ್ರೀರಂಗ ನಾಯಕ್, ಶ್ರೀ ವೆಂಕಟೇಶ್, ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧನಾಯಕ್ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು, ಮಕ್ಕಳಿಗೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿರುವ ರೇಖಾ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬರೆದು ಒದಗಿಸಿದ ಡಾ. ಕೇಶವ ಕುಮಾರ್ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ವಂದನೆಗಳು. ಗ್ರಾಮೀಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಂಡಳಿ - ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಚಿವಾಲಯ, ನವದೆಹಲಿ ಇವರಿಗೂ ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಿದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನರವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆಗೂ ನಮ್ಮ ವಂದನೆಗಳು.

ಮಾಲವಿಕಾ ಕಪೂರ್
ಉಮಾ. ಎಚ್.

ಸಮರ್ಥತೆಯಿಂದ ಅಸಮರ್ಥತೆಯ ಗೆಲುವು

ಅಸಮರ್ಥತೆಯಿಂದ ಬದುಕುವುದು ಕಷ್ಟ ಆದರೆ ದೃಢ ವಿಶ್ವಾಸವುಳ್ಳವರು ತಮ್ಮ ಅಸಮರ್ಥತೆಯನ್ನು ಸವಾಲಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಅಸಮರ್ಥತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು, ಧೈರ್ಯವನ್ನು ತುಂಬುವ ದಿಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಡಿಸೆಂಬರ್ 3ನ್ನು ವಿಶ್ವ ಅಸಮರ್ಥತೆ ದಿನವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಲ್ಫ್ರೆಡ್ ನೊಬೆಲ್ ಮತ್ತು ಹೆಲೆನ್‌ಕೆಲ್ಲರ್ ಅವರಿಗೆ ದೈಹಿಕ ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಎಂದೂ ಅವರ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡ್ಡ ಬರಲಿಲ್ಲ ಅವರು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ನೀಡಿರುವ ಕೊಡುಗೆಗಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಇಂದಿಗೂ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಸಮರ್ಥತೆಯುಳ್ಳವರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸಿಕೊಟ್ಟಲ್ಲಿ ಅವರಿಂದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು.

- ಅಸಮರ್ಥರಿಗೆ ಮಾಸಿಕ ರೂ. 500 ರಿಂದ 1,000 ಭತ್ಯೆಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.
- ಕಡಿಮೆ ದರದ ಬಸ್ ಪಾಸ್‌ಗಳು, ಸರಕಾರದ ಎಲ್ಲ ಇಲಾಖೆಗಳಲ್ಲೂ, ನಿಗಮಗಳಲ್ಲೂ ಮೀಸಲಾತಿ.
- ಸ್ವ-ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಎನ್ ಹೆಚ್ ಎಫ್ ಡಿ ಸಿ ಸಂಸ್ಥೆಯಿಂದ ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯ.
- ಅಸಮರ್ಥರರಿಗಾಗಿ ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲಾಗಿದೆ, ಉಚಿತ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ 18ನೇ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ.
- ಮಾಸಿಕ ಹಾಗೂ ಮೆರಿಟ್ ಆಧಾರಿತ ಶಿಷ್ಯವೇತನಗಳು.
- ಅಸಮರ್ಥರ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಸಮಾನ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಮೀಷನರ್ ಅನ್ನು ನೇಮಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಆಧಾರ ಯೋಜನೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವ-ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗುವುದು.
- ಉಚಿತವಾಗಿ ದೂರವಾಣಿ ಬೂತ್‌ಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಗಾಲಿ ಕುರ್ಚಿಗಳು, ತ್ರಿಚಕ್ರ ವಾಹನಗಳು, ಶ್ರವಣ ಸಾಧನಗಳು, ಬ್ರೈಲ್ ಕೈಗಡಿಯಾರಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಉಚಿತವಾಗಿ ಒದಗಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.
- ಮಾನಸಿಕ ದುರ್ಬಲತೆಯುಳ್ಳವರ ತಾಯಿತಂದೆಯರಿಗೆ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ.
- ನಿರಾಮಯ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಕಾಯಿಲೆಗಾಗಿ ಖರ್ಚುಮಾಡಿದ ಹಣವನ್ನು ಮರುಪಾವತಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಸಮರ್ಥತೆಯುಳ್ಳ ಜನರಿಗೆ ಸಮಾನ ಅವಕಾಶಗಳು, ಅವರ ಹಕ್ಕುಗಳ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಭಾಗಿತ್ವಕ್ಕಾಗಿ 1995ರಲ್ಲಿ ಸಂಸತ್ತು ಕೇಂದ್ರ ಕಾಯಿದೆಯೊಂದನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತಂದಿದ್ದೂ, ಅದು 1996 ರಿಂದ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿದೆ. 2016 ರಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ತಂದಿರುವ ಕಾಯ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ಸೇವೆಗಳು ಲಭ್ಯವಿದ್ದು, 21 ತರಹದ ಅಸಮರ್ಥತೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ.

Price : Rs. 30/-